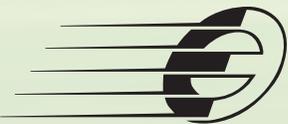
Manual de Instruções

Esteiras Profissionais Modelos 563 R4 e R5

PREZADO CLIENTE

Parabéns pela escolha! Você acaba de adquirir um equipamento EMBREEX, produzido dentro do mais rigoroso padrão de qualidade!

A Esteira 563 faz parte da Linha Profissional de esteiras eletrônicas EMBREEX, produzida com o que existe de mais moderno em tecnologia da mecanoterapia, proporcionando ao usuário segurança, conforto e monitoramento constante durante a prática dos exercícios.

ÍNDICE

ATENÇÃO

Este manual é um guia prático de como cuidar da sua Esteira 563.
É indispensável seguir todas as instruções contidas neste manual para assegurar o perfeito funcionamento de sua esteira.

Esteira 563

Altura		161 cm
Largura		88 cm
Comprimento		183 cm
Área da cinta		48 x 140 cm
Peso Máximo de Utilização		140 kg
Tensão		110 ou 220 V
Motor		CA 2CV
Peso	563 R4	84 kg
	563 R5	88 kg
Velocidade	563 R4/R5	18 km/h
Inclinação	563 R5	Aclive 15%

Painel

Pega Mão

Carenagem acabamento superior.

Sensores batimentos cardíacos

Corrimão

Carenagem

Cinta

Rodapés

Alça p/ transporte

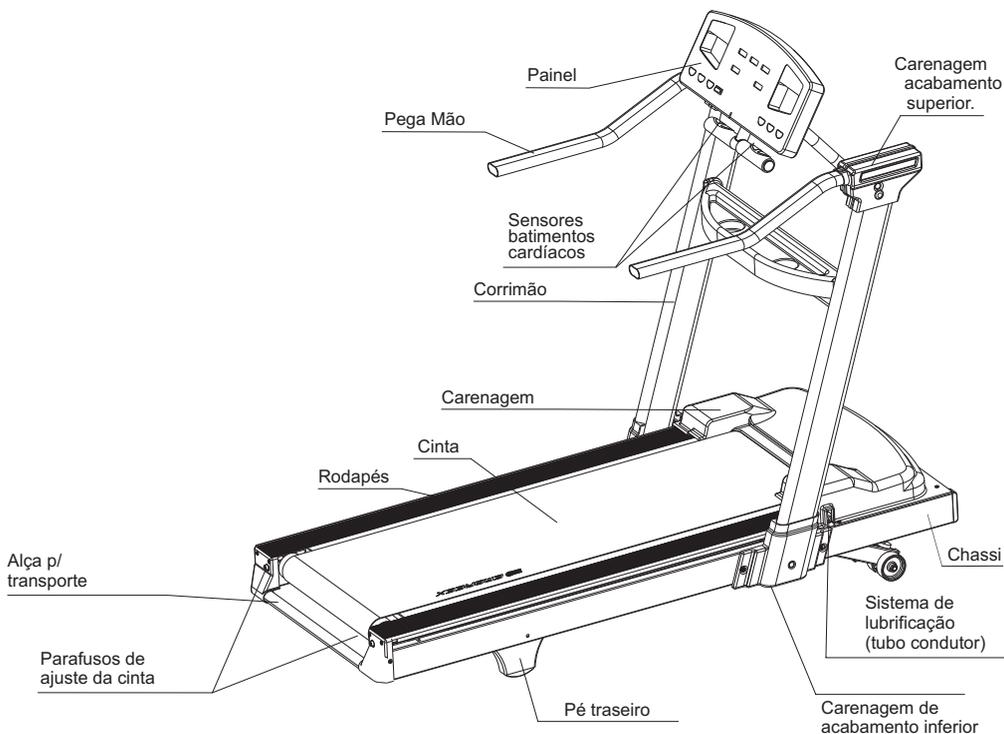
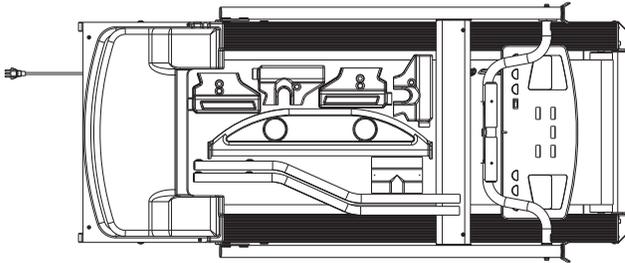
Chassi

Sistema de lubrificação (tubo condutor)

Parafusos de ajuste da cinta

Pé traseiro

Carenagem de acabamento inferior

Desenho ilustrativo modelo 563 R5

Ao abrir a embalagem você encontrará sua esteira 563 R4-R5 praticamente montada, faltando apenas fixar o corrimão e o painel. Utilize a ilustração abaixo para orientar-se corretamente, siga a lista de componentes e os passos a seguir:

Repare que o painel da esteira está "solto", tome cuidado para não causar impacto com o mesmo.

1 - *Dê uma leve inclinação no corrimão (A)-Fig.02, até que você possa fixar o painel com os parafusos (01) sextavado interno M6x16 mm e arruelas M6, encaixe a tampa de acabamento (E) e fixe com os parafusos (07) atarraxante 4,2x13mm. Logo em seguida coloque as tampas (02) de acabamento nas cabeças dos parafusos.*

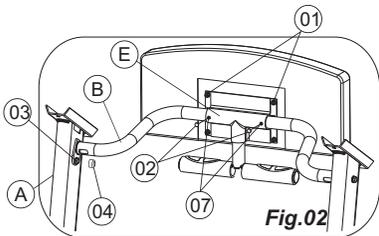



Fig.02

ATENÇÃO: Ao rotacionar o suporte do painel, tome cuidado para não danificar a fiação do equipamento.

2 - *Fixe também o painel para que ele não gire-Fig.02. Alinhe o suporte do painel (B) com o corrimão A e fixe-o com o parafuso (03) sextavado M8x20 mm e arruela M8.*

3 - *Levante o corrimão (A)-Fig.03 até o final de seu curso e fixe-o no chassi (D) com os parafusos sextavados (05) M8x20 mm e arruelas M8. Em seguida posicione os pega-mãos (C) e fixe-os com os parafusos sextavados (06) M8x50 mm, arruelas M8 e porcas M8.*

NOTA: Conecte o cabo do Painel localizado abaixo da carenagem de proteção inferior esquerda no sensor de velocidade fixado no chassi.

06
C
A
D
05

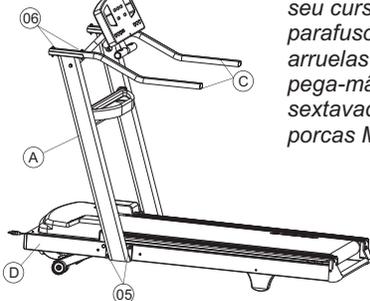



Fig.03

4 - *Fixe as proteções superiores e inferiores com os parafusos auto atarrachantes (07) que acompanham o conjunto. A proteção superior protege o topo dos pega-mãos e a inferior a base do corrimão.Pronto, sua esteira está montada.*

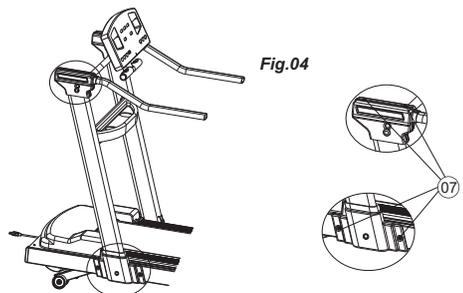



Fig.04

Certifique-se de tomar os cuidados relacionados abaixo antes de iniciar a utilização da sua esteira:

- Certifique-se de que a tensão da rede elétrica é compatível com sua esteira.

- Utilize tomada com 3 pinos. É obrigatório o aterramento do equipamento. Não utilize dispositivos que possam anular o pino terra. Se você não possui tomada apropriada, providencie uma tomada devidamente aterrada.

ATENÇÃO: Corrente elétrica para 220V-10A e 110V-15A.

- Não sobrecarregue as tomadas em que irá utilizar sua esteira. Isto poderá causar sérios danos ao seu equipamento.

- Certifique-se de que o local de instalação da esteira é plano e que proporcione atrito suficiente para manter a estabilidade do equipamento.

- Não instale sua esteira em locais úmidos, empoeirados ou excessivamente quentes. Estes ambientes podem comprometer o funcionamento dos componentes eletrônicos da esteira.

CUIDADOS COM SUA ESTEIRA

- Somente ligue a esteira sem peso sobre a cinta.

- **Lubrifique corretamente sua esteira para garantir seu bom funcionamento. Esteiras utilizadas por mais de dez horas ao dia devem ser lubrificadas diariamente. Utilize lubrificante Embreex para efetuar a lubrificação. Deposite o líquido no tubo condutor existente na lateral conforme ilustrado na página 3. O próprio tubo condutor se encarrega de fazer a distribuição correta. Quantidade aproximada de 30 ml para cada 10 horas de utilização. O lubrificante Embreex pode ser adquirido na rede de postos autorizados Embreex.**

- Para não prejudicar o conjunto eletrônico, não é recomendável caminhadas a menos de 1,4 km/h por mais de 10 minutos.

UTILIZAÇÃO DA ESTEIRA

Após certificar-se de que todas as providências descritas na página anterior tenham sido tomadas, a sua esteira 563 estará pronta para ser utilizada.

Instruções:

- Verifique se a cinta está alinhada corretamente (deve estar centralizada), caso contrário alinhe de acordo com explicações da página 06.

UTILIZAÇÃO DA ESTEIRA

- Conecte o cabo de força na tomada, certificando-se da tensão que foi selecionada e com aterramento correto.

- Conecte o plug da chave de segurança no painel e prenda a outra extremidade na sua roupa. Este dispositivo desligará automaticamente a esteira em caso de queda acidental.

- Coloque o interruptor do painel na posição “ LIGA”.

- Aperte a tecla seletora de velocidade no lado direito (veloc. max.) e monitore no painel a velocidade desejada. Obs.: O equipamento demora aproximadamente 15 segundos para estabilizar a velocidade.

- Suba pelas laterais da esteira para iniciar o exercício.

- Ao finalizar o exercício, reduza gradativamente a velocidade até que possa descer do equipamento com segurança.

- Para desligar a esteira, a velocidade deve estar zerada. Depois basta colocar o interruptor do painel na posição “ DESLIGA”.

ALINHAMENTO DA CINTA

Se a cinta estiver.....

- desalinhada para direita: aperte o parafuso B ou afrouxe o parafuso A
- desalinhada para esquerda: aperte o parafuso A ou afrouxe o parafuso B
- frouxa: Aperte os parafusos A e B para esticá-la

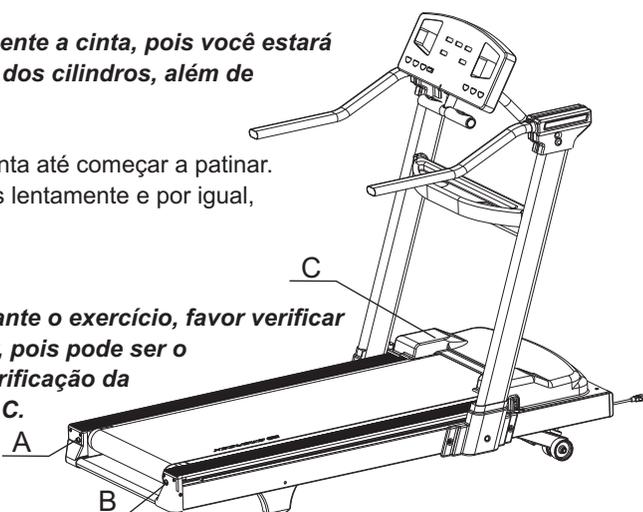
NOTA:
Nunca tensione demasiadamente a cinta, pois você estará prejudicando o desempenho dos cilindros, além de encurtar a vida útil da cinta.

Para ação correta, afrouxe a cinta até começar a patinar. Começe a apertar os parafusos lentamente e por igual, até que a cinta pare de patinar.

ATENÇÃO:
No caso da cinta patinar durante o exercício, favor verificar a tensão da correia do motor, pois pode ser o motivo do problema. Para verificação da correia remova a carenagem C.

C

A

B

Grip Pulse

É um despositivo localizado no pega-mão frontal e sua função é registrar os batimentos cardíacos.

NOTA: Os valores obtidos através deste dispositivos são aproximados, não devem ser utilizados para análise clínica.

Grip Pulse

VELOCIDADE

Pressione esta tecla para aumentar a velocidade.

Pressione esta tecla para diminuir a velocidade.

INCLINAÇÃO (somente modelo R5)

Pressione esta tecla para aumentar a inclinação.

Pressione esta tecla para diminuir a inclinação.

ZERAR

INICIAR/PARAR

Pressione esta tecla para ligar ou para a esteira. Pressionado por 3 segundos ele zera os valores do display.

ENTRAR Pressione essa tecla para acessar o display de velocidade, tempo, distância, caloria e pulso.

Essas teclas servem de atalho para selecionar ou se aproximar mais rapidamente da velocidade desejada. EX: Se você deseja correr à 12 km/h aperte no botão 10 e depois ajuste com o botão a velocidade de 10 à 12 km/h.

DES/LIGA

Pressione esta tecla para ligar e desligar o painel.

CHAVE SEGURANÇA

Deve ser conectado ao painel corretamente e preso a roupa do usuário, a fim de desligar automaticamente a esteira em caso de queda acidental.

DISPLAY

VELOCIDADE: A velocidade é automaticamente indicada no painel em Km/h.

TEMPO: O tempo é cronometrado até 99:59 minutos.

DISTÂNCIA: A distância é monitorada até 999 km.

CALORIA: As calorias queimadas durante o exercício são indicadas até 999 kcal. O valor indicado é aproximado, pois depende das características pessoais do usuário.

PULSAÇÃO: A função pulsação monitora os batimentos cardíacos por minuto. Ela é ativada 4 segundos após o toque do usuário no sensor Grip Pulse.
(Obs.: Se a pulsação não for indicada em 16 segundos, o visor mostrará “P”, indicando que o pulso não está sendo detectado. Neste caso, deve-se apertar uma vez a tecla “reset” e tentar obter a pulsação novamente.)

1 - Operando o painel:

Ao se ligar a esteira na tomada, o painel acenderá todos os campos indicados (Time, Dist, Cal, Pulse e Km/h). É emitido um sinal sonoro.

1-1 No módulo manual:

Para operar o módulo manual, basta apertar a tecla LIGA e o equipamento assume diretamente a função. Nesse módulo, a velocidade e a inclinação são determinadas pelo usuário, que pode escolher nas teclas Velocidade Mais e Menos e Inclinação Mais e Menos os valores para o seu exercício.

Nota: Nesse módulo a qualquer momento o usuário pode alterar a velocidade ou inclinação(563R5).

1-2 No módulo Programas pré-definidos (P1 a P7, somente de velocidade):

Se o usuário já estiver em um programa, pressione a tecla ZERAR/INICIAR/PARAR, por 3 segundos. O painel irá zerar as funções.

Em seguida, aperte a tecla Mais (velocidade) para escolher um dos programas (P1 à P7). Na parte superior do painel aparecerá progressivamente cada um dos programas, do P1 ao P7. Use a tecla Menos para regredir nas opções (P1 à P7). A cada toque, o painel emite um sinal sonoro, avançando ou regredindo conforme a escolha.

Depois de escolhido o programa, o usuário tem duas opções:

A – Operar com o programa progressivo, onde tempo, distância, calorias e velocidade irão alterar-se de forma automática e progressiva conforme o programa pré-definido.

Nota: a inclinação sempre deve ser acionada pelas teclas Mais e Menos do painel, conforme o exercício desejado. Essa função não é pré-programada.

Após a seleção do programa, deve-se apertar a tecla ZERAR/INICIAR/PARAR e se dá o início do programa.

Nota: durante o exercício, pode-se alterar a velocidade e a inclinação, mas de minuto em minuto, o programa voltará aos parâmetros definidos no programa, alertando com um sinal sonoro.

Escolhendo o programa

-Ligue o painel apertando a tecla DES/LIGA

-Aperte a tecla ou para escolher o programa (P1 à P7)

-Depois de escolhido o programa é só iniciar apertando a tecla ZERAR INICIAR/PARAR

Nota: Os programas são de variação de velocidade e essa varia de 2 em 2 km/h a cada minuto.

Programando o Tempo ou a Distância

Se você quer programar o tempo:

-Aperte a tecla ENTRAR até ativar a janela tempo.

-Informe os valores (em minutos) através das teclas ou

-Aperte a tecla ENTRAR até ativar a janela de Frequência Cardíaca.

Se você prefere programar a distância:

-Aperte a tecla ENTRAR para ativar a janela distância.

-Informe os valores através das teclas, ou (uma unidade corresponde a 100 metros).

Informando a Frequência Cardíaca

-Informe o valor máximo desejado para sua frequência cardíaca.

-Se, ao medir, sua frequência cardíaca estiver acima do inform ado a luz superior do piscará indicando que você deve diminuir o ritmo do exercício.

-Aperte a tecla ENTRAR até ativar a janela **PULSO.**

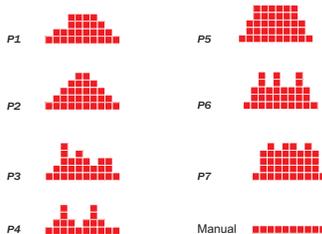
-Informe o valor minímo desejado para sua frequência cardíaca.

-Se, ao medir, sua frequência cardíaca estiver abaixo do informado a luz inferior do piscará indicando que você deve

deve intensificar o ritmo do exercício.

-Aperte a tecla ENTRAR

Tudo Pronto!

De um toque na tecla ZERAR INICIAR/PARAR para dar início ao exercício.

Antes de contatar a assistência técnica verifique se a esteira apresenta um dos seguintes problemas:

Anomalias	Prováveis Causas	Soluções
A esteira não liga	1. Cabo de força desconectado. 2. Velocidade zerada. 3. Chave de segurança desconectada. 4. Disjuntor desligado.	1. Conecte o cabo de força. 2. Aperte a tecla de velocidade indicada com MAIS. 3 e 4. Verifique encaixe da chave de segurança e a posição do disjuntor
A esteira desligou-se repentinamente	1. Mau contato de algum conector da placa. 2. Falta de lubrificação. 3. Rede elétrica não compatível.	1. Verifique na placa eletrônica a conexão de todos os cabos. Se algum cabo não estiver bem fixo, reconecte-o. ATENÇÃO: realize esta operação com o cabo de força fora da tomada devido ao risco de choque elétrico. 2. Lubrifique a esteira. 3. Verifique se a tomada onde a esteira está sendo conectada é compatível com a potência consumida. Instalações inadequadas podem provocar quedas de tensão e consequentemente, o desligamento da esteira. Em caso de dúvida, chame um eletricista para realizar a verificação.
Cinta patina ao correr ou ao caminhar	1. Cinta frouxa	1. Ajuste a cinta conforme explicações pág. 7

Observação

É aconselhável que não se caminhe de maneira a se opor demasiadamente ao torque do motor. Isto se verifica normalmente em um caminhar desleixado, apoiando-se no Pega-Mão. Procure sempre caminhar com uma postura ereta, mantendo ombros, coluna e cabeça reta.

DESENHO Nº	TÍTULO
02.001.03	EIXO RODA 564/565
04.000.09	TAMPA TUBO RETANGULAR 30 X 90 MM (ABAULADO)
04.000.20	TAMPA CABEÇA PARAF SEX M8
04.000.47	TAMPA TRASEIRA CHASSI 561/562/563/570L DIREITA
04.000.48	TAMPA TRASEIRA CHASSI 561/562/563/570L ESQUERDA
04.000.49	TAMPA TUBO RETANGULAR 30 X 90 MM (PLANO)
06.000.05	BUCHA ISOLANTE CILINDROS/DOSADOR VASELINA
07.000.06	PARAF CIL FEN M4 x 10 RT ZP 4.6
07.000.29	PARAF SEX M8 x 65 RP ZP 5.8
07.000.52	PARAF SEX M8 x 50 RT ZB 5.6
07.000.60	PARAF SEX M10 x 70 RP ZP 5.8
07.000.67	PARAF SEX M10 x 65 RP ZP 5.8
07.000.84	PARAF ESC FCR AAMA 4,0 X 25 MM ZP
07.000.87	PARAF SEX M10 x 45 RT ZP 5.8
07.000.93	PARAF SEX M8 x 25 RT ZB 5.6
07.001.04	PARAF SEX M8 x 55 RP ZP 5.8
07.001.06	PARAF ARD ABA FCR AAMA 6,3 X 16 MM ZP
07.001.27	PARAF CIL ABA FLANG FCR AAME 4,2 X 13 MM RT ZP
07.001.37	PARAF SEX M6 x 12 RT ZB 5.8
07.001.59	PARAF SEX M6 x 110 RP ZB 5.8
07.001.62	PARAF CIL SXI M8 x 70 RP ZP 12.9
08.000.02	PORCA SEX M4 X 0,7 ZB NBR 10109
08.000.19	PORCA SEX AT M10 X 1,5 ZP NBR 11196
08.000.25	PORCA SEX M8 X 1,25 ZP NBR 10109
08.000.26	PORCA SEX AT M8 X 1,25 ZP NBR 11196
08.000.30	PORCA SEX AT M6 X 1,0 ZP NBR 10109
09.000.04	ARRUELA LISA M10 ZP NBR 12657 (Ø21 x Ø10,5 x 2mm)
09.000.07	ARRUELA LISA M6 ZP NBR 12665 (Ø22 x Ø6,6 x 2mm)
09.000.09	ARRUELA LISA M8 ZP NBR 12657 (Ø17 x Ø8,4 x 1,5mm)
09.000.40	ARRUELA BORRACHA (Ø28,5 x Ø11 x 2mm)
09.000.43	ARRUELA BORRACHA (Ø27 X Ø9,5 X 5 MM)
09.003.05	ARRUELA LISA 1/4" ZP
10245	PERFIL BORRACHA 40 x 1,5 x 1650mm (três pedaços de 550mm)
10400	PERFIL BORRACHA 20 x 1,5 x 2160mm (dois pedaços de 1080mm)
10400	PERFIL BORR. CILIND. TRAS. 564/571 (20 x 1,5 x 50mm)
11.000.01	ANEL DE RETENÇÃO 503.090
12.000.01	REBITE FIX. CAREN. PROT. INVERSOR 563 (Ø3,2 x 12mm)
12.000.05	REBITE RODA INERCIA Ø3,2 X 22MM
14.001.42	CARENAGEM MOTOR 563/564
14.001.48	CARENAGEM PÉ TRASEIRO 563R1-R2/564
14.001.64	CARENAGEM PROTECAO INVERSOR 563R1/564
15.000.32	PRANCHA 563 R1-R2-R4-R5

DESENHO Nº	TÍTULO
16.000.17	CINTA 555/563 - 3020 x 480mm
20.000.60	MOTOR DE ELEVAÇÃO JS25-AN 110V 60HZ J-STAR
21.000.27	CORREIA FLEXONIC 4PJ718
22.000.61	CABO ELÉTRICO 3 x 2,5mm² X 3000mm 20A NBR14136
26.000.24	RODAPÉ 555/563/564 PVC PRETO - 1350mm
27.001.17	INVERSOR FREQ WEG 3CV 220V CFW10
27.001.22	PLACA COMANDO 564 COM ELEVAÇÃO 220V
30.002.56	SAPATA BORRACHA PE FIXO 515/531 E - 5 MM
30.002.85	SAPATA FIXA BM Ø40 X 10 MM - M8 X 30 MM
30.003.02	AMORTECEDOR IMPACTO REDONDO C/ ANGULO
30.003.23	PRENSA CABO 3/8" GAS
33.000.33	DISJUNTOR TERMOMAGNETICO C 16
33.000.94	ESPACADOR CIRCUITO IMPRESSO 564
70.563.03	DECK 563 R1-R2-R4-R5 SOLDADO
70.563.35	CHASSI 563R5 SOLDADO
70.564.05	ELEVAÇÃO 564 SOLDADA
70.564.12	DOSADOR VASELINA 564 AMASSADO
71.563.05	CILINDRO DIANTEIRO 563 MONTADO
71.563.06	CILINDRO TRASEIRO 563 MONTADO
71.563.08	MOTOR 563 - 2 CV MONTADO
71.580.08	RODA 550EX-1/564/565TX-1/570PRO-S/580 MONTADA

Termo de Garantia Especial

O seu produto Embreex é garantido contra qualquer defeito de material ou fabricação pelos seguintes prazos, a contar da data de emissão da Nota Fiscal de venda ao consumidor, sendo:

- **3 anos** para o chassi, estruturas metálicas, motor elétrico, sendo os primeiros **3 meses** a garantia legal.
- **1 ano** para demais peças, pintura e serviços, sendo os primeiros **3 meses** a garantia legal.

Esta garantia é válida somente para os produtos Embreex que:

- Estejam instalados de acordo com as especificações contidas no manual do mesmo;
- Estejam sendo utilizados de acordo com as instruções contidas no manual do mesmo;
- Não tenham sido objeto de acidentes, mau uso ou de manutenções por pessoas não autorizadas;
- Contenham somente peças de reposição fornecidas pela Embreex;
- Estejam devidamente lubrificados (quando necessário) com o lubrificante Embreex;

As garantias legal e/ou especial não cobrem:

- Despesas com a instalação do produto, independente se realizada pelo Serviço Autorizado Embreex ou por pessoas ou entidades não credenciadas pela Embreex Ind. e Com. Ltda;
- Transporte do produto até o local de instalação;
- Despesas com mão-de-obra, materiais, peças e adaptações necessárias à preparação do local para instalação do produto, compreendendo, entre outros, instalação e/ou alteração da rede elétrica, alvenaria, aterramento e suas adaptações;
- Produtos e peças que tenham sido danificados em conseqüência de transporte, manuseio, riscos, amassamentos ou atos e sinistros decorrentes de catástrofes da natureza;
- Falhas no funcionamento do produto decorrentes de problemas no fornecimento de energia elétrica.

A garantia especial não cobre:

- Deslocamento do assistente técnico podendo o serviço autorizado EMBREEX cobrar taxa de locomoção de ida e volta, mediante prévia autorização do solicitante.
- Partes e peças sujeitas à desgaste natural, incluindo, mas não se limitando a: cinta, espumas, pilhas, correias, sensores de batimento cardíaco,

Para contactar a Assistência Técnica, ligue: 0xx47 3351 4900, ou escreva: assistencia@embreex.com.br.

Rod Ivo Silveira, nº 4005, Km 5 • Bateias • Brusque/SC • CEP 88355-200
e-mail: contato@embreex.com.br • www.embreex.com.br